SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS ESCOLAS

Este caderno está licenciado com uma Licença Creative Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional. (CC BY-NC-ND 4.0).

Isso significa que você deve dar o crédito apropriado, prover um link para a licença e indicar se mudanças foram feitas. Você deve fazê-lo em qualquer circunstância razoável, mas de nenhuma maneira que sugira que o licenciante apoia você ou o seu uso.

Você não pode usar o material para fins comerciais.

Se você transformar ou criar a partir do material, você não pode distribuir o material modificado.

Aracaju: THP, 1ª edição, 2025.

NUTRITION FOR
A HEALTHY AND
APPETIZING MEAL

Material de apoio para reaplicação	1ª edição – 2025
Pesquisadores THP	Saulo Faria Almeida Barretto
Educadores Alimentares	Adelane dos Santos Adelcina Serafim dos Santos Ângela Maria Rodrigues da Silva Claudia Regina Pereira Campos Flavia Carolina da Silva Caxico Jocicleide da Conceição Salvador Jussara Silva dos Santos Maria dos Santos Rodrigues Maria Izabel Gonçalves Inocêncio Pricila Alves de Oliveira Silvanete dos Santos Souza Valdenice Alves Santos
Apoio Pedagógico	Adelaide Nataly dos Santos Almeida Lícia Da Anunciação Muniz
Apoio Técnico em Saúde	Eduarda Costa Bastos
PROJETO GRÁFICO	Patricia Karin Schuster Faber
Coordenadora de Projeto	Welancleide Alana Cardoso dos Santos

Material de Apoio para Reaplicação: Educação alimentar e Nutricional - Promoção da Alimentação Adequada e Saudável: EducaçãoInfantil/NHAM, Santa Luzia do Itanhy - SE,2023. 100. 1. Educação alimentar. 2. Educação nutricional. 3. Alimentação saudável. 4. Promoção da saúde.

Material de Reaplicação
1ª Edição

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS ESCOLAS

NHAM
NUTRITION FOR A HEALTHY AND APPETIZING MEAL

Apresentação

Olá, educadora alimentar!

Esta cartilha foi cuidadosamente elaborada para apoiar você, que desempenha um papel essencial na formação de hábitos alimentares saudáveis em nossas crianças e adultos. Em uma sociedade cada vez mais exposta a produtos industrializados e com pouco tempo para o preparo de alimentos naturais, o ambiente escolar, a família e a comunidade têm um papel fundamental em ensinar e reforçar práticas alimentares saudáveis.

Acreditamos que, ao longo dos encontros descritos aqui, você encontrará ferramentas práticas e reflexões que permitirão envolver crianças, famílias e profissionais escolares de maneira integrada e significativa. Esperamos que esta cartilha seja uma fonte de inspiração e apoio para que você, como educadora, promova uma relação saudável e duradoura com os alimentos, incentivando escolhas conscientes desde cedo.

Sumário

Material de apoio para reaplicação - NHAM segurança alimentar e nutricional nas escolas 7

O que é uma tecnologia social? 8

O que é o NHAM? 9

Por que as merendeiras e os agricultores familiares Protagonista nessa Tecnologia Social? 10

E os agricultores familiares? 12

Metodologia 13

Metodologia: Saberes e Sabores 16

Encontro 1 17

Encontro 2 19

Anexo 1 21

Encontro 3 22

Encontro 4 24

Encontro 5 26

Encontro 6 28

Encontro 7 30

Encontro 8 32

Encontro 9 34

MATERIAL DE APOIO PARA REAPLICAÇÃO – NHAM

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS ESCOLAS

O material de reaplicação do NHAM é um documento estruturado para possibilitar a ampliação e a implementação dessa tecnologia social em diferentes contextos escolares. Seu propósito é orientar educadoras alimentares na adoção de práticas que garantam a segurança alimentar e nutricional no ambiente escolar, fortalecendo a conexão entre alimentação, saúde e aprendizagem.

O objetivo deste material é fornecer diretrizes para a implementação da metodologia NHAM nas escolas, promovendo a formação de Educadoras Alimentares e fortalecendo a rede de apoio escolar. Além disso, busca incentivar o consumo de alimentos saudáveis, com prioridade para produtos da agricultura familiar, e integrar a educação alimentar e nutricional ao cotidiano escolar de forma interativa e participativa.

A partir de agora, iniciaremos a reaplicação. Para isso, realizaremos encontros com educadoras e agricultores para apresentar a tecnologia social NHAM. Vamos integrar na prática da metodologia professores, gestores, estudantes e famílias na promoção da alimentação saudável, valorizar alimentos da agricultura familiar e desenvolver atividades práticas, como hortas escolares e oficinas culinárias.

E lembre-se estarei ao seu lado te apoiando em todo processo!

O QUE É UMA

TECNOLOGIA SOCIAL?

Uma tecnologia social é uma solução desenvolvida de forma colaborativa para atender a necessidades específicas de uma comunidade, garantindo impacto social positivo e sustentável. As tecnologias sociais são pensadas para resolver problemas reais, aproveitando conhecimentos locais e promovendo a participação ativa da comunidade.

No caso do NHAM, tecnologia social do The Human Project (THP), busca melhorar a alimentação escolar ao integrar a segurança alimentar e nutricional com a valorização da agricultura familiar. Por meio da formação de merendeiras como Educadoras Alimentares e do fortalecimento da produção local de alimentos saudáveis, o NHAM cria uma rede de colaboração entre escolas, famílias e agricultores, garantindo uma alimentação de qualidade para as crianças e incentivando práticas sustentáveis.

Estamos juntos nessa jornada!

O QUE É O NHAM?

O projeto NHAM (Nutrition for a Healthy and Appetizing Meal), é uma tecnologia social que vem sendo desenvolvida desde 2021 com o objetivo de atender de maneira eficaz às reais necessidades de melhoria na merenda escolar e garantir a segurança alimentar e nutricional. Ao longo deste processo colaborativo, o NHAM tem se integrado de maneira sistêmica a outras tecnologias sociais, conectando a demanda e a oferta da agricultura familiar com a inteligência artificial, valorizando o uso de alimentos locais, contribuindo para uma alimentação mais saudável e diversificada.

Na fase inicial, o projeto se beneficiou das tecnologias sociais HB e TAG, ambas desenvolvidas no município de Santa Luzia do Itanhy, Sergipe. O HB é uma tecnologia social dedicada ao diagnóstico e combate à anemia ferropriva nas escolas, identificando distúrbios nutricionais como desnutrição e obesidade. Por sua vez, o TAG, originalmente um sistema de gerenciamento de dados para educação, foi adaptado para incluir informações de saúde de estudantes e familiares. Essa adaptação permite sugerir cardápios que assegurem a segurança alimentar, atendendo às necessidades específicas dos alunos.

Essa integração possibilitou a criação de um modelo preditivo, orientado para sugerir cardápios e substituições de alimentos mais adequados com base no controle de estoque das escolas. Esse avanço não apenas contribui para que os agricultores possam planejar seus cultivos de maneira eficiente, mas também resultou na criação de um aplicativo destinado aos agricultores, oferecendo suporte no planejamento do plantio, promoção de boas práticas e atendimento às demandas de venda.

A versão atual do NHAM enfatiza o desenvolvimento do papel da merendeira como **educadora alimentar**, especialmente para os alunos das escolas, família, comunidade e profissionais da escola. Além disso, valoriza a parceria com agricultores locais, promovendo a conexão entre quem produz e quem consome os alimentos na escola.

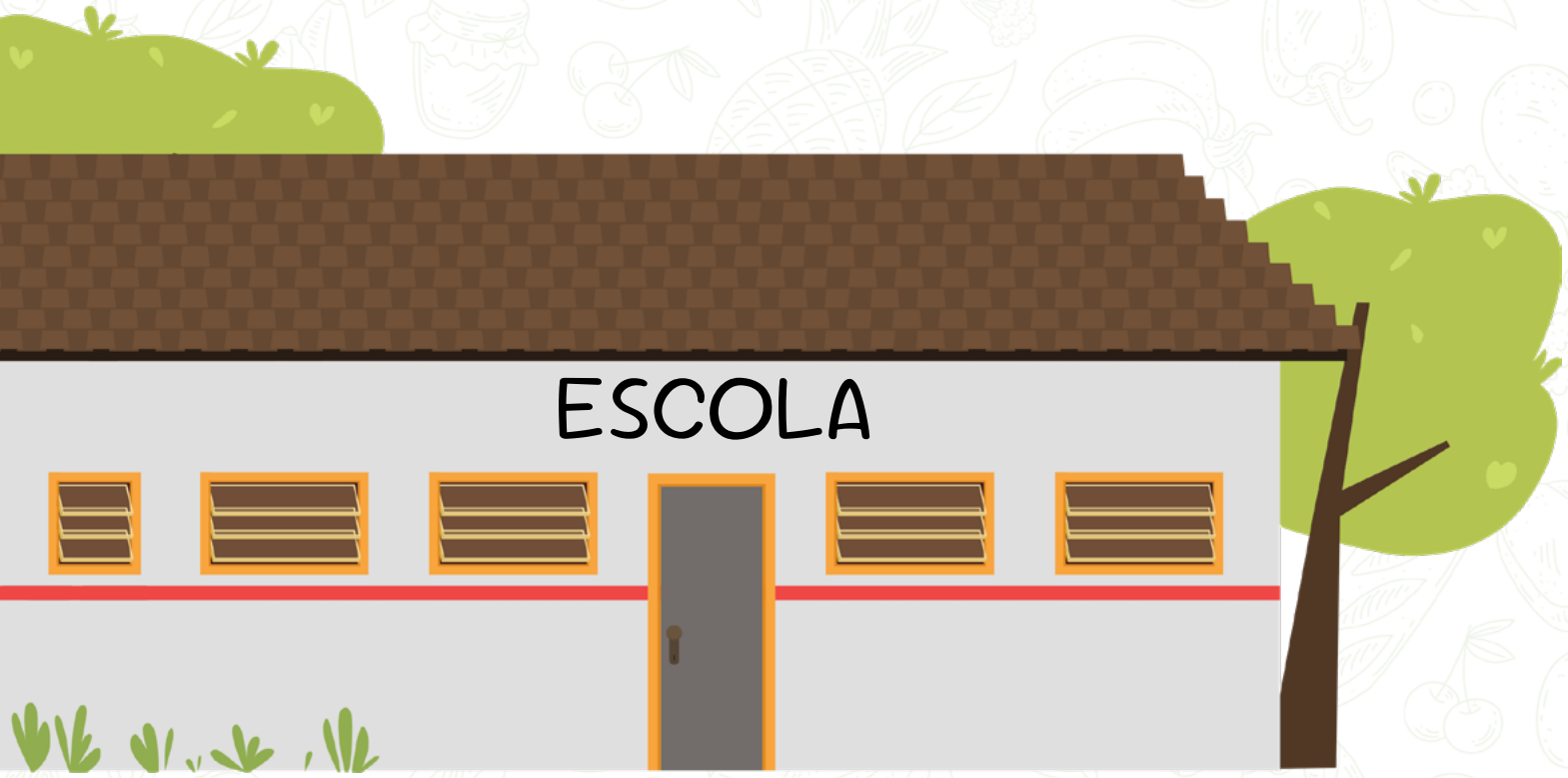
POR QUE AS MERENDEIRAS E OS AGRICULTORES FAMILIARES PROTAGONISTA NESSA TECNOLOGIA SOCIAL?

No âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), a principal função da merendeira escolar é preparar e distribuir refeições para os alunos, garantindo sua nutrição e segurança alimentar. No entanto, dentro dessa tecnologia social, essa profissional assume um papel ainda mais significativo: ela se torna uma **protagonista na formação de hábitos alimentares saudáveis.** Ao interagir diretamente com os estudantes, conversando com eles sobre os alimentos e incentivando escolhas mais saudáveis, as merendeiras ampliam sua atuação para além da cozinha. Por essa razão, no NHAM, elas são reconhecidas e chamadas carinhosamente de **Educadoras Alimentares.**

Além de garantir refeições equilibradas, as merendeiras são as profissionais com maior conhecimento prático sobre os alimentos dentro do ambiente escolar. Elas desempenham um papel essencial desde a **higienização das mãos e manipulação dos alimentos até a adaptação da merenda** para atender às necessidades nutricionais dos alunos, incluindo aqueles com restrições alimentares ou condições de saúde específicas. Mais do que isso, atuam como **multiplicadoras da educação alimentar e nutricional**, envolvendo professores, gestores, estudantes, famílias e toda a comunidade escolar.

Atualmente, 15 merendeiras participam do projeto NHAM, atuando em cinco escolas do município de Santa Luzia do Itanhi, Sergipe:

Escola Municipal de Ensino Fundamental Luís Campos	Povoado Bomviver
Escola Municipal de Ensino Fundamental Senador Leite Neto	Distrito Cajazeiras
Escola Municipal de Ensino Fundamental Vereador Paulo Fernando Ribeiro Soutello	Povoado Pedra Furada
Escola Municipal de Ensino Infantil Sítio do Pica Pau Amarelo	Distrito Crasto
Escola Municipal de Ensino Fundamental Edmar José da Cruz	Povoado Priapu



E OS AGRICULTORES FAMILIARES?

Desempenham um papel fundamental na alimentação escolar ao fornecerem alimentos in natura, cultivados sem agrotóxicos e minimamente processados para as escolas. A participação desses produtores no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) fortalece a oferta de alimentos frescos e saudáveis nas escolas, promovendo uma alimentação de melhor qualidade para os estudantes.

Além de fornecer alimentos mais saudáveis para a merenda garantindo a segurança alimentar desde o cultivo, o projeto busca valorizar e sensibilizar a comunidade escolar sobre a importância da produção local. Os agricultores chamados carinhosamente como "Amigos da Escola", reforça o vínculo entre a produção agrícola e a alimentação dos alunos.

Para ampliar esse impacto, o NHAM também trabalha no apoio e facilitação da comercialização dos alimentos locais, incentivando os agricultores a expandirem suas vendas através do aplicativo.

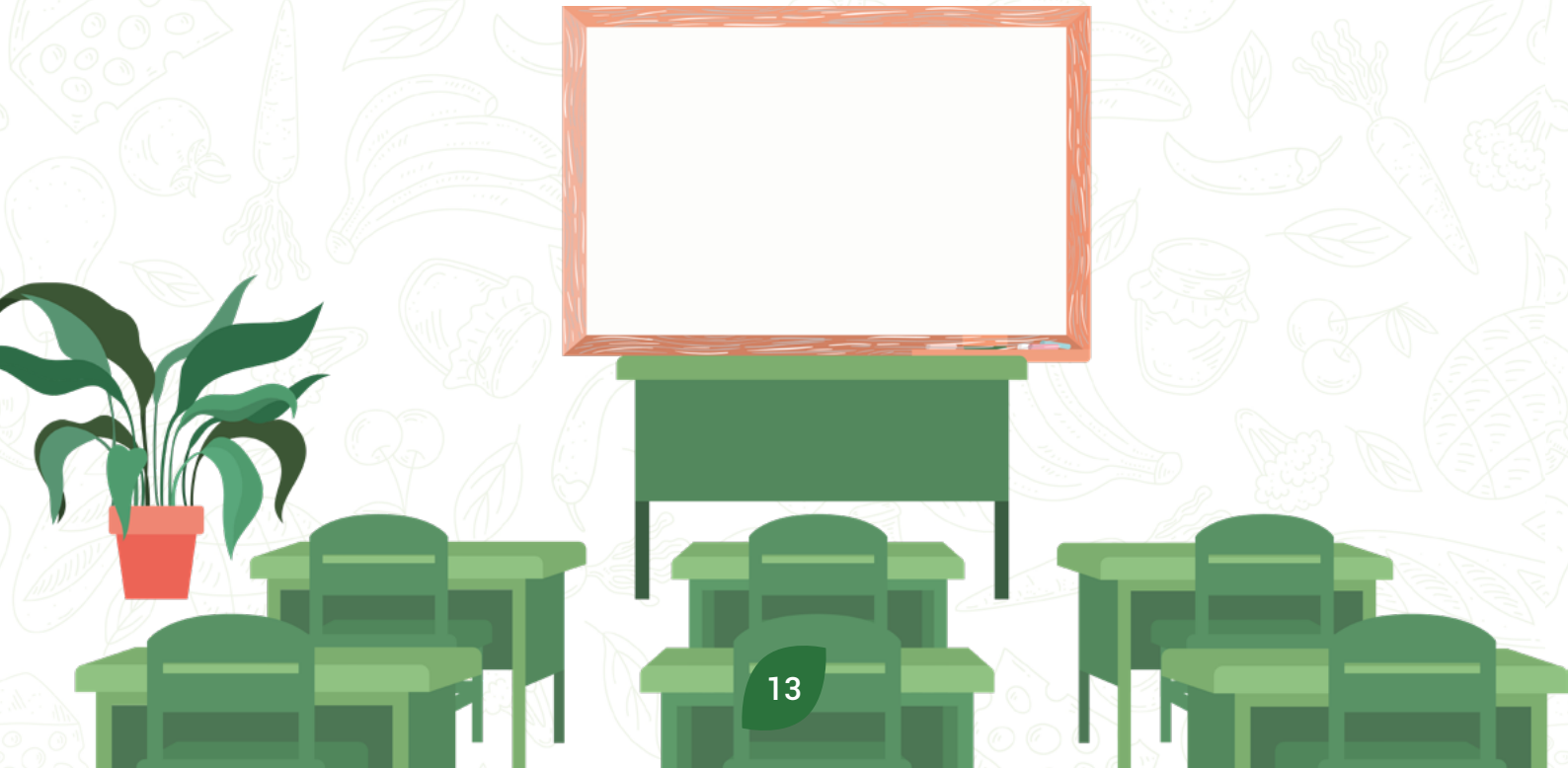
Atualmente, participam do projeto agricultores do Assentamento Vitória da União, localizado no povoado Priapu, Santa Luzia do Itanhi/Sergipe. Essa comunidade, composta por cerca de 30 famílias, se dedicam à produção agroecológica, contribuindo diretamente para uma alimentação escolar mais sustentável e nutritiva.

METODOLOGIA

A metodologia do NHAM é implementada por meio de uma abordagem contínua e colaborativa, na qual as merendeiras desempenham um papel de protagonistas. Elas são formadas por meio de uma metodologia ativa de aprendizagem para atuarem como Educadoras Alimentares nas escolas, através de uma formação semanal com as temáticas das diretrizes de segurança alimentar e nutricional, além de contribuírem para o planejamento das atividades a serem desenvolvidas com as crianças e com a produção dos materiais pedagógicos a serem utilizados nas aulas.

Ao assumirem o papel de educadoras alimentares, as merendeiras estabelecem uma parceria com professores, gestores e familiares, garantindo a disseminação eficaz dos conhecimentos adquiridos. Essa colaboração multidisciplinar é fundamental para criar um ambiente educativo abrangente e eficaz, onde as merendeiras desempenham um papel central e essencial na promoção da educação alimentar e nutricional.

Para facilitar a condução das aulas pelas Educadoras Alimentares, a abordagem metodológica do NHAM foi aprimorada com a integração da tecnologia social **Synapse EI**. Esse modelo se estrutura de maneira abrangente, considerando diferentes aspectos (que será visto abaixo nas etapas: acolher, viver, saber e fazer). Além disso, incorpora a integração entre **"Saberes" e "Sabores"**, combinando a teoria nutricional com experiências sensoriais e gustativas, tornando o processo de ensino mais dinâmico, envolvente e significativo.



Como acontece na prática?

Como mencionado, os encontros formativos semanais acontecem em cada escola com suas respectivas merendeiras. Durante essas formações são trabalhadas diretrizes essenciais para garantir a segurança alimentar e nutricional. Os temas abordados incluem: qualidade e quantidade alimentar; respeito à cultura alimentar; alimentação adequada como um direito humano; valorização da agricultura familiar e o acesso financeiro à alimentação básica. Além disso, encontros mensais promovidos em uma das escolas envolvidas servem para consolidar aprendizados e promover o intercâmbio de experiências entre as merendeiras.

Com uma abordagem participativa, as merendeiras têm a oportunidade de aplicar os conteúdos discutidos nas formações, transformando-os em atividades educativas para os alunos. Esse processo permitiu que a escola se torne um espaço dinâmico de aprendizado, não apenas sobre nutrição, mas também sobre a valorização dos alimentos locais, práticas sustentáveis e hábitos alimentares saudáveis. A metodologia fortalecida por essa prática colaborativa fomentou o envolvimento de toda a comunidade escolar, reforçando a integração entre ensino, alimentação e sustentabilidade.

A partir deste momento, iniciaremos a aplicação prática da metodologia, consolidando o papel das Educadoras Alimentares como protagonistas no processo de educação alimentar e nutricional. Esta etapa representa um avanço importante, marcando a atuação e a transição de conteúdo **da Educadora Alimentar formada para Educadora Alimentar em Formação**, fortalecendo o conhecimento e a autonomia no desenvolvimento de práticas educativas.

Aproveite essa experiência e divirta-se ao longo do processo! Lembre-se de que o aprendizado é mútuo e transformador. Por isso, é fundamental registrar cada etapa com fotografias e garantir a aplicação da lista de presença durante as formações.

METODOLOGIA:
SABERES E SABORES

Esta cartilha está estruturada com base na metodologia NHAM, que organiza o aprendizado em quatro etapas interconectadas: Acolher, Viver, Saber e Fazer vivenciado os saberes e os sabores dessa tecnologia. Essa abordagem interativa valoriza as vivências individuais e a realidade da comunidade.

Cada etapa é fundamental no processo educativo:

Acolher

O primeiro passo para uma aprendizagem efetiva é a criação de um ambiente acolhedor e seguro. Nesta etapa, incentivamos as educadoras a estabelecer um espaço onde crianças, famílias e a comunidade sintam-se à vontade para compartilhar experiências, expectativas e percepções sobre alimentação. Esse momento inicial fortalece o vínculo e o engajamento no processo educativo.

Viver

O aprendizado ganha sentido quando se conecta com a realidade dos participantes. Aqui, experiências práticas são utilizadas para estimular o reconhecimento de alimentos naturais e saudáveis, ajudando a construir uma relação positiva com a alimentação. O objetivo é demonstrar que hábitos alimentares saudáveis são acessíveis, prazerosos e parte do cotidiano.

Saber

Neste momento, aprofundamos o conhecimento sobre a importância nutricional dos alimentos. Em uma linguagem simples e acessível, discutimos aspectos como nutrientes essenciais, origens dos alimentos e a relevância de uma alimentação nutritiva e diversificada. A partir desse conhecimento, o entendimento sobre nutrição se torna mais concreto e aplicável.

Fazer

O aprendizado se materializa na prática. Nesta última etapa, propomos atividades como o preparo de receitas, experimentação culinária e participação ativa nas hortas escolares. Dessa forma, o conhecimento se transforma em ação, incentivando a autonomia alimentar e consolidando hábitos saudáveis de forma natural e envolvente.

Encontro 1

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora vigente: _____

Recursos necessários: _____

Estratégia didática: _____

Estratégia didática: ( ) Oral ( ) Oral + Imagens ( ) Prática ( ) Jogo
( ) Individual Coletiva
Outras Estratégias: _____

Objetivo:

Introduzir o conceito da educação alimentar e o papel transformador das educadoras. Familiarizar as participantes com a metodologia NHAM e com o uso do APP NHAM, que será uma ferramenta para integração e organização das atividades na escola e na comunidade.

1. Acolhida

Dê as boas-vindas e inicie com alongamento divertido.

Encontro 1

2. Viver

Conduza uma breve introdução, onde cada educadora possa compartilhar sua experiência e suas expectativas para a capacitação. Explore o que cada uma entende por alimentação saudável e como isso impacta as crianças, famílias, escolas e comunidades com as quais trabalham.

Boas-vindas à Metodologia: Explore o potencial transformador do NHAM, destacando palavras-chave do encontro como expectativa, reconhecimento e jornada educativa. Realize uma atividade simples de alongamento para relaxar e abrir o espaço de aprendizado.

3. Saber

Explique as quatro etapas da metodologia NHAM e como cada uma será aplicada no contexto educacional e familiar. Demonstre também as funcionalidades do aplicativo, enfatizando o seu uso no dia a dia das escolas e comunidades para gerenciar atividades e acessar conteúdo.

4. Fazer

Forme pequenos grupos para uma roda de conversa, incentivando cada grupo a compartilhar o que compreenderam até agora. Discuta como superar os desafios comuns e registre as ideias principais.

Encontro 2

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora alimentar regente: _____

Recursos necessários: _____

_____

Estratégia didática: ( ) Oral ( ) Oral + Imagens ( ) Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( ) Coletiva
Outras Estratégias: _____

Objetivo:

Reflexão sobre o papel da educadora alimentar na promoção de práticas saudáveis e na conscientização alimentar.

1. Acolhida

Inicie com alongamento do corpo e exercícios para relaxamento.

Encontro 2

2. Viver

Revise os principais pontos discutidos no primeiro encontro e explore como cada participante percebe seu papel como educadora alimentar.

Discussão Guiada: Convide cada participante a compartilhar como enxergam sua influência na formação de hábitos saudáveis das crianças, famílias e profissionais da escola.

3. Saber

Discorra sobre as responsabilidades e o impacto das educadoras na escola e na comunidade, usando exemplos práticos que demonstram o papel delas na promoção da saúde e bem-estar das crianças.

4. Fazer

Em grupo, as educadoras criem um plano de ação com iniciativas que poderão implementar em suas escolas para fortalecer a educação alimentar.

Anexo 1

Escola:

Educador (a) Alimentar Regente:

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( ) SEG ( ) TER ( ) QUA ( ) QUI ( ) SEX ( ) SAB

Temática abordada:

Palavras-Chaves:

Objetivo:

Estratégia didática: ( ) Oral ( ) Oral + Imagens ( ) Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( ) Coletiva
Outras estratégias: _____

Recursos didáticos:

Descrição da atividade:

Viver (15 min.)

Saber (20 min.)

Fazer (25 min.)

Encontro 3

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora alimentar regente: _____

Recursos necessários: _____

_____

Estratégia didática: ( ) Oral ( ) Oral + Imagens ( ) Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( ) Coletiva
Outras Estratégias: _____

Objetivo:

Reconhecer a alimentação como parte da identidade cultural e valorizar a diversidade alimentar.

1. Acolhida

Iniciar com música e relaxamento + respiração divertida.

Encontro 3

2. Viver

Roda de conversa: cada participante compartilha uma memória afetiva relacionada à alimentação (prato especial, comida de infância, tradição familiar).

- Degustação de alimentos típicos da região e comparação com os hábitos alimentares atuais.
- Discussão sobre mudanças nos padrões alimentares ao longo do tempo.

3. Saber

- Origem dos alimentos e influência cultural na alimentação.
- Diversidade alimentar e seu impacto na saúde.

4. Fazer

- Construção de uma linha do tempo da alimentação na escola e na comunidade.
- Reflexão sobre como resgatar práticas alimentares saudáveis.

Encontro 4

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora alimentar regente: _____

Recursos necessários: _____

_____

Estratégia didática: ( ) Oral ( ) Oral + Imagens ( ) Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( ) Coletiva
Outras Estratégias: _____

Objetivo:

Ensinar práticas de reaproveitamento alimentar e promover a importância de porções adequadas para uma alimentação consciente e sustentável.

1. Acolhida

O que tem na feira do “Seu Joaquim” (Youtube)

Encontro 4

2. Viver

Demonstre uma receita prática de reaproveitamento, como brigadeiro de casca de banana, e promova uma discussão sobre economia e sustentabilidade alimentar.

3. Saber

Explique a importância do porcionamento adequado e do reaproveitamento de alimentos para promover uma alimentação saudável e acessível.

4. Fazer

Em duplas, as participantes sugerem receitas que podem ser feitas com sobras, incentivando a troca de ideias e o fortalecimento do conceito de reaproveitamento.

Encontro 5

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora alimentar regente: _____

Recursos necessários: _____

_____

Estratégia didática: ( ) Oral ( ) Oral + Imagens ( ) Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( ) Coletiva
Outras Estratégias: _____

Objetivo:

Ensinar a diferenciar os níveis de processamento dos alimentos e compreender os impactos do consumo de ultraprocessados.

1. Acolher

- Reflexão sobre o consumo de produtos industrializados na alimentação das crianças.

Encontro 5

2. Viver

- Atividade prática de **leitura e análise de rótulos** de produtos comuns nas lancheiras escolares.
- Identificação de açúcares, sódio, gorduras e aditivos químicos.

3. Saber

- Diferença entre alimentos in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados.
- Como interpretar informações nutricionais e evitar armadilhas da publicidade.

4. Fazer

- Preparo de uma alternativa caseira para um alimento ultraprocessado (exemplo: suco natural vs. bebida industrializada).

Encontro 6

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora alimentar regente: _____

Recursos necessários: _____

_____

Estratégia didática: ( )Oral ( ) Oral + Imagens ( )Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( )Coletiva
Outras Estratégias:_____

Objetivo:

Desenvolver habilidades práticas e teóricas em segurança alimentar e nutricional, capacitando as merendeiras para identificar e utilizar alimentos saudáveis e nutritivos.

1. Acolher
   Música de bom dia e exercícios de respiração

Encontro 6

2. Viver

Neste momento incluirá uma discussão sobre práticas sustentáveis que podem ser adotadas para evitar o desperdício, seguida da apresentação de exemplos práticos que demonstram como esses alimentos podem ser reaproveitados de maneira eficaz.

3. Saber

Na atividade, usaremos os exemplos trazidos pelas merendeiras no momento saber para explicar os principais nutrientes: proteínas, carboidratos, vitaminas e minerais. Para isso, será citado exemplo de alimentos e as merendeiras levantarão plaquinhas com informações sobre esses nutrientes e, discutindo suas funções no corpo. Além disso, faremos uma discussão sobre como diferentes métodos de preparo podem afetar o valor nutricional dos alimentos.

4. Fazer

Aplicar o conhecimento teórico na prática, preparando receitas que utilizem alimentos saudáveis.

Encontro 7

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora alimentar regente: _____

Recursos necessários: _____

_____

Estratégia didática: ( ) Oral ( ) Oral + Imagens ( ) Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( ) Coletiva
Outras Estratégias: _____

Objetivo:

Ampliar a compreensão sobre o direito humano à alimentação adequada e seu impacto na qualidade de vida da comunidade.

1. Acolher

Para iniciar de forma dinâmica, organize as cadeiras em círculo e coloque uma música animada para tocar. Em algumas cadeiras, fixe plaquinhas com temas relacionados ao encontro. Enquanto a música toca, os participantes caminham ao redor das cadeiras e, quando a música parar, cada um se senta. Quem ocupar uma cadeira com plaquinha deve compartilhar algo que já sabe ou ouviu sobre o tema indicado.

Encontro 1

2. Viver

Inicie uma discussão perguntando o que significa "ter acesso a uma alimentação adequada" para as participantes.

Promova uma discussão sobre como o direito à alimentação se aplica localmente, considerando as dificuldades e os desafios enfrentados pela comunidade.

3. Saber

Apresente uma visão geral do direito à alimentação e de como ele está relacionado à dignidade e qualidade de vida. Use exemplos de iniciativas locais e globais para ilustrar o conceito.

4. Fazer

Divida os participantes em grupos para que cada um proponha uma ação concreta que poderia ser implementada para promover o direito à alimentação em sua comunidade, como campanhas de conscientização ou parcerias com produtores locais.

Encontro 8

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora alimentar regente: _____

Recursos necessários: _____

_____

Estratégia didática: ( ) Oral ( ) Oral + Imagens ( ) Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( ) Coletiva
Outras Estratégias: _____

Objetivo:

Incentivar a participação da comunidade na promoção da alimentação saudável.

1. Acolher

Dinâmica do Autorretrato e Valorização Pessoal

Convide cada participante a desenhar um autorretrato e, ao lado, escrever três características físicas que apreciam em si mesmas. Em seguida, peça que compartilhem duas qualidades pessoais e duas qualidades que admiram em sua família.

Após esse momento individual, promova uma roda de conversa para que compartilhem suas reflexões, destacando a importância da valorização pessoal e do apoio familiar na construção de hábitos saudáveis.

Encontro 8

2. Viver

- Iniciar com a discussão sobre o papel da família e da comunidade na alimentação infantil.
- Construção coletiva de um mural com mensagens e imagens sobre alimentação saudável.

3. Saber

- Estratégias para envolver famílias e comunidades na educação alimentar.
- Como tornar a alimentação saudável mais acessível?

4. Fazer

- Planejamento de uma atividade de educação alimentar para as famílias (exemplo: oficina de construção de hortas verticalizadas).

Encontro 9

Temática abordada: _____

Local: _____

Data: ___/___/_____ **Dia:** ( )SEG ( )TER ( )QUA ( )QUI ( )SEX ( )SAB

Educadora alimentar regente: _____

Recursos necessários: _____

_____

Estratégia didática: ( )Oral ( ) Oral + Imagens ( )Prática ( ) Jogo
( ) Individual ( )Coletiva
Outras Estratégias:_____

Objetivo:

Revisar os aprendizados do curso e promover uma experiência prática de educação alimentar.

1. Acolher

Iniciar pedindo que as educadoras formandas, conduzam o alongamento.

Encontro 9

2. Viver

- Relembrar dos aprendizados e reflexões sobre a formação.
- Exposição de receitas e materiais produzidos pelos participantes.

3. Saber

- Troca de experiências e relatos sobre o impacto das aulas.

4. Fazer

- Organização de uma feira gastronômica com degustação de pratos preparados pelos participantes.

Parabéns por ter chegado até aqui!

Cada conhecimento adquirido é
uma semente para transformar a
alimentação e a vida de muitas pessoas.
Que seu aprendizado continue inspirando
mudanças e fortalecendo sua atuação
na comunidade!

Realização:

thp The Human Project

Apoio:

CMDCA CONSELHO MUNICIPAL DOS DIREITOS DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE DE SANTA LUZIA DO ITANHI

FMDCA

Parceria:

BAYER

ambev voa

Natural one